



Edisi 2
Jum'at, 3 Juni 2016

BULETIN HOLISTIK KEHIDUPAN

Alamat Redaksi: IKIA An-Najm Jln. Kelapa Dua Wetan No. 42 ,
Ciracas Jakarta Timur.

Email: holistikkehidupan@gmail.com

REDAKSIONAL

MENGATASI PENYAKIT MASYARAKAT

Alhamdulillah, **Buletin Holistik Kehidupan** hadir pada edisi ke-2 yang menawarkan solusi dalam mengatasi penyakit masyarakat yang saat ini dinyatakan sudah dalam tahap darurat. Masyarakat digerogeti penyakit hati dan jiwa. Korupsi, demo, pengrusakan alam, pembunuhan, perkelahian, terorisme, gangguan kejiwaan ringan hingga berat (skizofrenia), pemerkosaan, narkoba, kekerasan terhadap anak dan perempuan, semua adalah jenis-jenis penyakit yang sudah sering kita dengar terjadi. Negeri elok yang dipenuhi keindahan alam dan konon kabarnya dihuni masyarakat yang memiliki nilai gotong royong dan kesantunan yang tinggi, terancam ketenangannya. Bukan lagi secara lambat, tapi secara cepat dan sistematis, negeri ini dikoyak oleh tangan-tangan manusia yang berhati bengis dan berjiwa kotor, manusia yang penuh dengan penyakit hati dan jiwa. Ironis. Bagaimana mengatasinya? Kembali kepada Allah SWT. Gangguan perangkat keras tubuh manusia dapat secara langsung maupun tidak langsung menimbulkan gangguan penyakit hati dan jiwa. Begitu pula dengan perangkat lunak, khususnya HATI & JIWA. Hati di sini adalah hati yang di dalam dada, yang sifatnya Robbaniah. Kita sudah harus bangkit, sebagaimana disajikan dalam edisi 1 Buletin Holistik Kehidupan ini. Hanya bila hati dan jiwa bersih, Ruhani dapat bangkit. Kita harus membangkitkan ruhani, membersihkan hati dan jiwa kita agar mampu menjadi khalifahNya di muka bumi. Mampu difungsikan Allah SWT menjadi rahmat bagi semesta alam.

Tulisan pada Buletin Holistik Kehidupan edisi 2 ini mengajak kita untuk berupaya membersihkan hati dan jiwa agar menjadi orang-orang yang beruntung, yang memiliki kecerdasan intelektual, kecerdasan spiritual dan kecerdasan tindakan, atau disebut dengan kecerdasan sejati. Hanya dengan kecerdasan sejati,

insya Allah kita mampu ikut berbuat, bahu membahu memerangi keterpurukan sosial negeri ini dengan ketulusan, keikhlasan, baik dalam tahap pencegahan atau preventif, maupun dalam tahap pengobatan.

Dengan ijinNya, bersatu padu menerangi kegelapan jiwa-jiwa yang penuh bisikan kejahatan, agar jiwa-jiwa itu kembali menjadi jiwa-jiwa yang tenang. Jiwa-jiwa yang dirahmati Allah, Tuhan YME. Melalui lembaga pendidikan tauhid dan berbagai bentuk kearifan lokal, seharusnya kita mampu bangkit mengangkat harkat dan martabat bangsa ini. Tindakan represif harus diimbangi dengan tindakan preventif melalui program pendidikan yang berkesinambungan dan tersebar di seluruh wilayah negeri. Insya Allah. [YB]

PEMBERSIHAN HATI DAN JIWA OBAT KETERPURUKAN SOSIAL MASYARAKAT

Menteri Sosial kita baru-baru ini mengatakan bahwa Indonesia tengah menghadapi darurat narkoba, pornografi dan pornoaksi, serta kekerasan terhadap anak dan perempuan. Belum lagi deretan perilaku jahat lainnya seperti korupsi, pengrusakan lingkungan dll. Sudah saatnya kita mengambil peran aktif dalam upaya memerangi keterpurukan sosial. Sesungguhnya manusia itu adalah mahluk sosial. Ketika antara satu dan lainnya sudah kurang peduli, tidak saling melengkapi untuk kebaikan, kurang rasa empati pada kondisi orang lain, kurang rasa gotong royong, kikir/tidak mau berbagi dan tidak mau toleransi, maka sifat sosial kemanusiaannya mengalami degradasi. Kondisi masyarakat yang rawan dengan hal-hal buruk di atas, menunjukkan adanya krisis jiwa. Masyarakat mulai mengalami penurunan kualitas jiwa sosial, bahkan hilangnya jiwa sosial. Jiwa sosial tergantikan dengan jiwa-jiwa yang palsu. Dorongan untuk melakukan kejahatan, kekejian seperti yang dilakukan para pengedar narkoba yang mencari mangsa anak-anak muda belia, bahkan di usia dini SD, SMP. Usia yang seharusnya masih fitrah, disusupi kejahatan dengan berbagai cara licik, mulai dari bujukan, penipuan hingga pemaksaan. Begitu pula dorongan syahwat nafsu yang dipicu dari maraknya pornografi, menimbulkan kejahatan seksual, bahkan pada anak-anak di bawah umur. Naudzubillah. Ini semua terjadi karena jiwa palsu melanda, jiwa tauhid tiada, sehingga kehidupan tidak tertata dengan baik.

Pemerintah mengambil jalan keluar dengan memberikan program-program sosial yang dikoordinir Menteri Sosial. Namun, jelas hal tersebut tidaklah cukup, contohnya adalah masalah anak jalanan, kemiskinan kota, 'gepeng', prostitusi, itupun masih menunjukkan angka yang tinggi. Kita perlu merenung menganalisa masalah, melakukan evaluasi diri. Secara jujur menilai keadaan bangsa ini, masyarakatnya, guru-gurunya, ulama-ulamannya, pejabat-pejabatnya

baik di pemerintahan maupun swasta, sudahkah mengambil peran aktif? Peran aktif hanya akan bisa dilakukan bila masing-masing diri selesai dengan masalah hati dan jiwanya masing-masing. Kita tidak bisa keluar dari masalah-masalah kehidupan ini bila hati dan jiwa yang kotor masih menjadi pimpinan dalam diri.

Sementara, penyakit hati seperti iri, dengki, hasat, hasut, sedih berkepanjangan, dendam, galau, gelisah, dll ratusan jenis penyakit hati lainnya¹ malah dipupuk melalui program-program pendidikan yang salah, ataupun informasi yang menyesatkan.

Sudah banyak penelitian dan cara-cara mengatasi gangguan kejiwaan yang ditawarkan oleh para ahli dari berbagai Ilmu kejiwaan, baik dari bidang Kedokteran, Psikologi maupun Ilmu Agama dan Ilmu sosial lainnya. Namun, penyakit masyarakat di berbagai belahan dunia, belum juga mampu diatasi dengan baik. Indonesia dilandasi ideologi Pancasila yang memiliki dasar ketauhidan di Sila 1: Ketuhanan Yang Maha Esa. Maka, sudah seharusnya kita mencari solusi mengatasi penyakit masyarakat yang disebabkan oleh penyakit hati dan jiwa melalui pendekatan Ilmu Tauhid. *“Setiap penyakit ada obatnya, apabila penyakit itu kena obatnya, ia sembuh dengan izin Allah Azza Wajalla”* (HR Muslim).

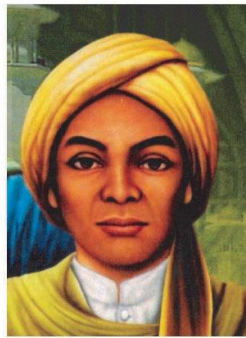
dr. Helmi Azhar, Sp.KJ (2015) dalam bukunya “Terapi Penyakit Hati dan Jiwa Menurut Al Qur’an & Hadits” menjabarkan jenis-jenis penyakit jiwa atau gangguan kejiwaan dalam tingkatan ringan, sedang, berat dan sangat berat. Beliau membagi teknis terapinya dalam tahapan pencegahan, pengobatan dan terapi psikososial. Menurutnya, pencegahan adalah hal yang paling baik dilakukan oleh kita semua karena efisien dan efektif. Intinya adalah dengan memelihara batin atau ruhani dengan meningkatkan iman Tauhid kepada Allah SWT, melakukan ibadah sesuai ajaran Rasul dan melakukan latihan ruhani untuk pembersihan hati dan jiwa atau Riyadah.

Penderita penyakit hati dan jiwa ringan seringkali merasa sehat. Kegalauan, kegelisahan ataupun kesedihan mendalam, ataupun rasa keserakahan juga merupakan penyakit-penyakit hati dan jiwa yang harus dicegah agar tidak memburuk dan berkembang menjadi tindakan dzalim.

Proses pembersihan hati dan jiwa seyogyanya disebar-luaskan secepatnya. Penulis sendiri mulai mempelajari latihan pembersihan hati dan jiwa atau Riyadah sesuai tuntunan Rasulullah SAW, di lembaga pendidikan Tauhid ISAQ Education Center. Latihan ruhani untuk membersihkan hati dan jiwa sangat penting agar kita dapat kembali fitrah (Susilawati Susmono, *Riyadah*, 2003). Seharusnya latihan ini diterapkan di berbagai lembaga pendidikan baik formal maupun non formal. Hasil yang didapatkan nyata terasa. Jihad al akbar memerangi hawa nafsu rendah, gangguan mahluk dan penyakit hati, insya Allah dapat dilakukan dengan metode yang sistematis dan teruji, yaitu Metodologi ISAQ Sesuai Dengan Kunci Tauhid.

Sesungguhnya Sang Khaliq sudah memberikan tuntunanNya kepada manusia, hanya kebanyakan manusia lalai dan enggan taat. Melihat kondisi sosial yang buruk ini, mari kita bergegas berjalan, bahkan berlari untuk berbenah diri, mulai dari diri sendiri. Bila telah merasakan hasilnya, ajaklah keluarga, kerabat, teman, agar makin banyak manusia yang bersih hati dan jiwanya. Cemerlangnya hati yang disinari Cahaya Ilahiah, akan menyinari diri dan lingkungan, memperbaiki tindakan-tindakan dan mencegah kedzaliman terjadi di lingkungan kita. Insya Allah, kepedulian, rasa kasih sayang kepada sesama dan alam semesta akan hadir, menyifati diri kita. Hukuman perlu ditegakkan, namun tindakan preventif harus makin ditingkatkan agar kualitas masyarakat kita meningkat dan kita semua selamat.

ULASAN TOKOH SUNAN DRAJAT



Sunan Drajat

Para pembaca budiman tentu telah sering mendengar kiprah Wali Songo dalam menyebarkan agama Islam. Salah satunya adalah Sunan Drajat, putera ke-2 Sunan Ampel yang lahir di Ampel Denta, Surabaya , sekitar tahun 1470-Sedayu, Gresik, pertengahan abad ke-15. Nama aslinya adalah Masih Munat atau Raden atau juga Syarifuddin. Sunan Drajat memegang kendali kerajaan di wilayah perdikan Drajat dan menjalankan fungsi dakwahnya dengan jiwa sosial yang tinggi.

Semua orang yang dekat dengan Allah, Tuhan Yang Maha Esa, pasti berjiwa sosial. Apalagi Waliyullah. Ciri jiwa sosial yang menonjol sangat mewarnai dakwah Sunan Drajat. Beliau memiliki perhatian yang sangat serius pada masalah-masalah sosial. Beliau terkenal mempunyai jiwa sosial dan tema-tema dakwahnya selalu berorientasi pada kegotong-royongan. Beliau selalu memberi pertolongan kepada umum, menyantuni anak yatim dan fakir miskin sebagai suatu proyek sosial yang dianjurkan semua agama. Sudah menjadi tugas seorang pemimpin untuk senantiasa memikirkan dan memperjuangkan kesejahteraan masyarakat yang dipimpinnya. Senantiasa mengupayakan agar kualitas moral dan kehidupan sosial masyarakatnya dalam kondisi yang prima. Hal ini sudah dicontohkan oleh seluruh Nabi-nabi dan para wali Allah, serta orang-orang saleh/salehah, secara lintas agama. Jiwa sosial menjadi warna yang dominan dalam kehidupan mereka.

Ego pribadi maupun kelompok tak lagi nampak dalam tindakan-tindakannya, karena mereka adalah rahmat bagi semesta alam. Salah satu ajaran akhlaq Sunan Drajat yang dikenal adalah mengenai 'tawakal'.

Beliau menyatakan bahwa "apa yang terjadi pada diri manusia memang sudah ditentukan oleh Allah Yang Maha Kuasa. Karena itu, manusia disamping harus menyerahkan nasib kepada Allah, dia juga harus tetap berusaha. Dengan bertawakal secara benar dan bersungguh-sungguh kebenaran janji Allah akan datang". Hal itu sesuai firman Allah yang dikutip oleh Sunan Drajat: "Barang siapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)-nya". (QS. At-Talaq : 3).

KEIKHLASAN UNTUK MENGHARAP RIDHA ALLAH

Kondisi ekonomi yang tidak menentu sekarang ini, menjadi salah satu penyebab turunnya kemampuan ekonomi banyak keluarga di Indonesia. Tentu hal ini terasa berat, terlebih lagi kondisi masyarakat yang ada dalam kategori keluarga pra sejahtera. Tekanan ekonomi akan berimbas kepada banyak hal, misalnya putus sekolah, tidak mampu mendapatkan layanan kesehatan, kesulitan memenuhi kebutuhan pangan dan sandang. Ujung-ujungnya, akan berpotensi menyebabkan gangguan sosial pada masyarakat tentu akan berdampak banyak pula timbul penyakit masyarakat.

Pada pasal 34 UUD 1945 disebutkan bahwa fakir miskin dan anak terlantar dipelihara oleh negara. Di samping itu negara mempunyai kewajiban untuk menyelenggarakan sistem jaminan sosial serta pelayanan kesehatan dan pelayanan umum yang layak. Namun demikian, kita sama-sama tahu, bahwa negara belum mampu berperan dengan maksimal menjalankan amanah ini. Masih banyak pekerjaan rumah di berbagai bidang juga perlu mendapat perhatian, sehingga alokasi dana untuk masalah sosial ini masih sangat terbatas. Jika demikian keadaannya, siapa yang akan bertanggung jawab atau setidaknya membantu meringankan tugas negara?

Seluruh agama, termasuk Agama Islam mengajarkan kepada umatnya untuk membantu memberdayakan dan memelihara anak-anak yatim dan orang-orang miskin, terlepas dari persoalan agama apapun yang dianutnya. Tujuannya adalah untuk mengangkat mereka mendapatkan kehidupan yang layak serta sejajar dengan yang lainnya. Inilah bentuk kepedulian sosial yang diperintahkan Allah, agar dilaksanakan oleh umat Islam. Jadi konsep Islam sebagai rahmatan lil alamin benar-benar nyata diimplementasikan, bukan sebatas lisan saja. Jika kita menyadari, kondisi ini akan membawa kita kepada suatu kesimpulan bahwa pemeliharaan fakir miskin dan anak-anak terlantar harus menjadi prioritas utama untuk ditangani, karena mereka juga merupakan aset bangsa Indonesia yang harus

diselamatkan. Suka tidak suka hal ini juga merupakan tanggung jawab kita bersama baik secara individu maupun komunitas.

Jadi di mana masalahnya? Belum tumbuhnya kesadaran untuk bertauhid (meng-Esa-kan Allah), sehingga manusia masih banyak dikusiri oleh hawa nafsunya adalah jawabannya. Dalam hal ini, nafsu cinta dunia, yang ingin terus menumpuk kekayaan, lupa bahwa suatu saat akan ada akhirnya. Takut kehilangan, itulah satu kekhawatiran orang kaya. Makin kaya, tapi merasa selalu kurang. Inilah paradoks yang sesungguhnya menjadi penyakit yang perlu diobati. Kita juga kekurangan pemimpin yang dapat menjadi teladan dan mampu memimpin dengan cerdas akal, cerdas hati dan cerdas tindakan atau ISAQ.

Teladan Dari Bantaran Kali Ciliwung

Meskipun bukan termasuk mereka yang berkelebihan, bapak Tatang Nana mendirikan Yayasan Panti Asuhan Kampung Melayu yang telah berdiri sejak 1958. Setelah beliau wafat, Yayasan ini dikelola oleh putrinya yang kelima yaitu Hj. Sri Mulyani dan beralamat di Jl. Kampung Melayu Kecil II no. 21 Jakarta Selatan. Seperti kita tahu, bantaran kali Ciliwung banyak dihuni oleh keluarga pra-sejahtera, apalagi ditambah seringnya banjir menerjang daerah ini. Hal inilah yang membuat bapak Tatang Nana tergerak untuk membantu mereka yang tidak mampu dan menjadi jembatan bagi mereka yang mampu untuk bersedekah. Dengan segala perjuangannya, Yayasan ini mampu menyantuni 70 kaum miskin. Di samping itu, Yayasan Panti Asuhan Kampung Melayu juga menyelenggarakan pendidikan, baik untuk anak SD, SMP maupun SMA dengan jumlah anak sebayak 32 orang yang berada dalam Yayasan dan 73 orang yang berada di luar Yayasan dengan minimum usia 7 tahun. Sebanyak 15 orang menjadi pengasuh bagi anak-anak tersebut. Mereka juga berperan untuk mulai menanamkan Jiwa Tauhid melalui sistem pendidikan yang diselenggarakannya. Harapan mereka, anak-anak ini dapat mandiri di kemudian hari, menjadi manusia bertauhid yang 'rahmatan lil alamin.' Keikhlasan pelaku-pelaku sedekah seperti inilah yang akan senantiasa mendapatkan ridha dari Allah.

Pembaca sekalian, mari kita petik hikmah atas paparan di atas. Sudahkah kita menjadi manusia yang bersyukur atas nikmat yang Allah berikan kepada kita? Sudahkah kita memiliki kesadaran untuk bersedekah membantu sesama? Tak hanya sebatas materi, namun juga 'ilmu yang bermanfaat'. Hanya dengan 'ilmu yang bermanfaat' kita dapat kembali kepada Allah dengan selamat dan juga mengantarkan manusia-manusia yang fakir kepada Allah untuk pulang dengan selamat. [Suhud]

SUARA JIWA YANG TENANG

Oh suara jiwa yang tenang,
Jika engkau membawaku dalam keheningan
Sentakkan aku dalam perenungan yang dalam
Sentakkan aku dalam kekakuan jiwaku
Sentakkan aku dalam lolongan jiwaku
Sentakkan aku agar dapat pelajaran

Hentakkan angin begitu kencang
Hentakkan musik begitu hingar bingar
Hentakkan alam begitu agung mempesona
Hentakkan suara jiwa-jiwa yang meronta begitu rumitnya

Suara jiwa yang tenang menyejukkan
Suara jiwa yang tenang mengharukan
Suara jiwa yang tenang menghujam

Dalam gelap kelam ku berlayar
Menyeberangi pulau membelah lautan
Kapal berlayar begitu perlahan
Aku menggapai meminta pertolongan

Dalam kasihMu aku melaju
Dalam kasihMu aku menuju
Dalam kasihMu aku berpacu
Dalam kasihMu aku tersedu

Oh suara jiwa yang tenang
Dalam menggapai aku terbuai
Keagungan dan kebesaranMu menghentak aku
Aku menjadi terpana tak berdaya

Dalam ketenangan dan keheningan
Aku merenung dengan dalam
Hidup ini begitu cepat berlalu
Jika diabaikan menjadi penyesalan

(Susilawati Susmono, 17 September 2007, dalam "Suara Lolong Jiwaku", Yayasan Riyadhhatul Ihsan, Desember 2007)

ADVETORIAL



YAYASAN RIYADHATUL IHSAN

Riyadhatal Ihsan

Selain mendirikan Yayasan Tunas Sejati, pada tanggal 23 Desember 2005, Pendiri Yayasan telah mendirikan Yayasan Riyadhatul Ihsan (YRI), yang juga bergerak di bidang pendidikan keagamaan, sosial dan kemanusiaan, yang mendapat Keputusan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia No. C-2046.HT.01.02.TH 2005 dan Akta Notaris No. 5 tanggal 28 November 2005.

YRI didirikan dengan VISI membantu menemukan hakikat kebenaran Al Qur'an sebagai pedoman hidup manusia. TUJUAN nya adalah untuk membentuk landasan yang kuat tentang pengertian dan pemahaman isi Al Qur'an secara mendalam, termasuk kandungan yang tersirat dan tersurat.

Yayasan Riyadhatul Ihsan (YRI) sudah menjalankan pelatihan pendidikan tauhid di ISAQ Education Center untuk pribadi sejati dan pemimpin sejati sejak tahun 2005.



ISAQ EDUCATION CENTER

Bagi yang merasa: belum mampu menempatkan Awaludini Makrifatullah (Awal Beragama Mengenal Allah) secara sistematis dan terpadu; belum memiliki metode yang tercepat dan tepat untuk mencapainya; dan belum menemukan hakikat kehidupan, tapi menginginkan akhir hidup yang husnul khotimah, kami menawarkan solusi melalui Program di **ISAQ Education Center**. Program ini dirancang bagi Anda yang benar-benar fakhir kepada Allah SWT. Anda akan dibimbing secara khusus menggunakan metodologi ISAQ Sesuai Dengan Kunci Tauhid, bersifat universal, *up to date*, merujuk kepada 3 (tiga) kecerdasan: **Intellectual Quotient** ; **Spiritual Quotient** dan **Action Quotient**. Untuk yang ingin meningkatkan kualitas diri menjadi Pribadi Sejati, akan diberikan materi Teori dan Praktek Riyadhah sampai Antal Maut Qoblal Maut. Bagi yang menempuh jenjang Pemimpin Sejati, materi mencakup Teori, Praktek dan Menyelesaikan Tugas Akhir berupa karya tulis baik bentuk karya ilmiah, sastra maupun populer, sesuai dengan minat dan jati diri.

Informasi : Gedung ISAQ Center, Jl. Letjend. Suprpto no. 60, Gedung Indra

Sentral, Blok AK, Cempaka Putih, Jakarta Pusat 10520. Telp/Fax :

021.426.5317/424.8582.

Email : info@isaqcenter.com. www.isaqcenter.com

Bagi yang ingin berlangganan hubungi : Ayu Anjartika(Humas) NoHp: 081297803943

Harga Rp 5.000,-/Bln (2x Terbit)